



ИРИНА ХОНИНА, ЕЛЕНА СМИРНОВА

# Сказки-выручайки

60 ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ СКАЗОК  
ПРО ЭМОЦИИ, СТРАХИ И ДОБРОТУ ДЛЯ МАЛЫШЕЙ



#эксмогетство

**Елена Алексеевна Смирнова**  
**Ирина А. Хонина**  
**Сказки-выручайки. 60**  
**Терапевтических сказок**  
**про эмоции, страхи и**  
**доброту для малышей**  
Серия «Помогающие сказки для детей»

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=74104962](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=74104962)*

*ISBN 978-5-04-251535-4*

### **Аннотация**

Сказкотерапия – полезный жанр, призванный незаметно обучить детей 3—6 лет правильному поведению в обществе и развить их уверенность в себе. На примере из жизни антропоморфных зверят дошкольники увидят алгоритм действий в повседневных ситуациях – будь то помощь младшим, забота о старшем поколении или налаживание сотрудничества с ровесниками. К каждой из шестидесяти сказок даются вопросы для совместного обсуждения. Они помогут вам сблизиться и лучше узнать ребёнка и его мировосприятие. Книгу иллюстрируют очаровательные картинки, которые не оставят никого равнодушным!

Благодаря развитию навыков помогать, делиться, дружить вашему ребёнку будет гораздо легче строить отношения с вами и окружающими людьми. В этом и заключается сила социального интеллекта.

# Содержание

Я больше не боюсь! 20 Терапевтических сказок	8
Здравствуйте, дорогие родители!	8
Сказка о черепашонке,	11
Конец ознакомительного фрагмента.	13

**Ирина Хонина,  
Елена Смирнова  
Сказки-выручайки. 60  
Терапевтических сказок  
про эмоции, страхи и  
доброту для малышей**

Все права защищены. Книга или любая её часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или её части без согласия издателя является незаконным и влечёт уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Серия «Помогающие сказки для детей»

© ООО «Издательство «Эксмо», 2024

© Хонина И.А.; Смирнова Е.А., текст, 2023, 2024

© Набокова И. А., иллюстрации, 2023, 2024

\* \* \*



# **Я больше не боюсь! 20 Терапевтических сказок**

## **Здравствуйте, дорогие родители!**

Мы благодарим вас за то, что вы выбрали эту книгу, и желаем вам и вашему ребёнку спокойствия на душе. Книга в этом поможет, но только если мы с вами будем работать в команде.

Как именно? После каждой сказки вы найдёте вопросы к ребёнку. Не пропускайте их. Эти вопросы направлены сразу и на проработку страха, и на установление доверительных отношений между вами, и на развитие памяти ребёнка.

Каждый вопрос закрывает важную цель, поэтому задавайте их именно в том порядке, в котором они описаны. Хорошо, если эти вопросы помогут вам завязать разговор с ребёнком и узнать о том, что его беспокоит.

Также после сказок есть инструкция для вас. Ознакомьтесь с ней перед тем, как читать сказку ребёнку. Терапевтический эффект от сказок будет только в том случае, если и ваши действия будут направлены на проработку страха. Так мы с вами подойдём к проблеме комплексно.

Сюжеты в этих сказках могут показаться вам нестандарт-

ными. В большинстве сказок нет привычной структуры, где герой сталкивается со страхом и преодолевает его. Во многих сказках, напротив, страх не описывается вовсе. Мы делаем это намеренно. Психика ребёнка хрупка и непредсказуема. Мы должны быть крайне осторожны, чтобы не вызвать новых страхов там, где раньше их не было. По этой же причине не описываются конкретные эмоции героев: чтобы ребёнок не «примерял» их на себя. В некоторых сказках избегаются слова «страх», «страшно», «испугался». Вместо этого герои видят что-то «необычное», «удивительное», «странное». Так же мы рекомендуем вам поступать и в жизни: если у ребёнка ещё не зародился страх к чему-то, не нужно его создавать фразами «это страшно». Например, родители часто говорят детям: «Смотри, какая большая собака! Не подходи, она укусит!» И ребёнку становится страшно, ведь родители такими фразами закладывают ему мысль, что собаку нужно бояться. В этой книге есть «Сказка о зайке, которая боялась бабайку под кроватью», но, если у вашего ребёнка нет страха монстров, не читайте ему эту сказку, просто пролистните.

Мы надеемся, что эти сказки не только будут нести терапевтический эффект, но также помогут вам и вашему ребёнку вместе рассмотреть взаимоотношения между героями и подружиться с ними.

**Приятного прочтения!**

# Сказка о черепашонке, который боялся плавать

В тот день солнышко пригревало особенно сильно. Мама-черепаха лежала на берегу океана и наблюдала за тем, как под тёплыми лучами солнца из яиц вылупляются её долгожданные черепашата.

Яйца раскрывались одно за другим. И когда все малыши появились на свет, мама сказала, что им пора отправляться к океану. Малыши поспешили к воде, неуклюже перебирая лапками по сыпучему песку.

Вдруг мама-черепаха заметила, что один малыш так и остался стоять на месте. Она позвала его, а черепашонок в ответ пропищал:

– Мама, я не хочу к воде! Она мокрая и холодная! Зачем нам туда?

– Малыш, мы ведь не только ходим по земле, но ещё и отлично умеем плавать! – объяснила мама-черепаха. – А под водой нас ждёт чудесный мир. Там живём мы, радужные рыбки, водоросли, кораллы...

– Но я не умею плавать, как я буду там жить? – заволновался малыш.

– Не переживай. Я тебя научу.

Пока мама с черепашонком ползли к воде, остальные малыши уже вовсю плескались в тёплом океане и любовались

его красотой.

– Попробуй сначала просто потрогать воду, – предложила мама, когда они оказались у кромки воды.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.